

## ABSTRAK

Proses menua merupakan menurunnya organ-organ tubuh seseorang dan menimbulkan masalah penyakit yang terkait mulai dari gangguan mobilitas sampai dengan kenaikan darah tinggi (hipertensi) dimana tanda dan gejalanya terdapat nyeri kepala, walaupun tidak sepenuhnya dialami oleh semua penderita tapi sebagian besar mengalami tanda tersebut. Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan massage kepala pada lanjut usia yang mengalami hipertensi.

Penelitian ini menggunakan tipe pra eksperimen dengan pre post test design. Populasinya adalah usia lanjut yang menderita hipertensi dan mengalami nyeri kepala sebesar 30 lansia dengan besar sampel 28 lansia. Teknik sampling menggunakan teknik *probability sampling* secara *simple random sampling*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah massage kepala, sedangkan variabel dependennya adalah nyeri kepala. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner dan wawancara. Dan untuk menganalisa data menggunakan uji statistik *wilcoxon signed rank test*.

Hasil penelitian didapatkan responden yang mengalami nyeri kepala sebelum dilakukan massage kepala sebagian besar mengalami nyeri sedang (67,9%) dan sesudah dilakukan massage kepala sebagian besar mengalami penurunan tingkat nyeri ringan (50%). Hasil uji *wilcoxon signed rank test* didapatkan  $P = 0,000 < \alpha = 0,05$  maka hipotesa penelitian diterima berarti ada perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan massage kepala pada lanjut usia yang mengalami hipertensi.

Disimpulkan bahwa massage kepala dapat mempengaruhi tingkat nyeri sebelum dan sesudah massage kepala pada lansia yang mengalami nyeri karena hipertensi. Disarankan bagi lansia dan keluarga dapat menerapkan terapi massage kepala secara mandiri.

Kata kunci : massage kepala, penurunan nyeri